

TRX SMART COMPACT

Brugermanual



Vigtig information

Dette løbebånd er designet og opbygget til hjemmebrug.

Læs venligst denne manual grundigt før montering, ibrugtagning og vedligeholdelse.

Sikkerhedsforanstaltninger:

Selv om vi gør meget for at sikre at produktet er i høj kvalitet, kan der opstå fejl. Skulle De få problemer med produktet, bedes De kontakte vores serviceafdeling.

Deres løbebånd er fabrikeret med øje for største sikkerhed. Men udvis største omhu og ansvarlighed når De bruger løbebåndet. Læs omhyggeligt manualen før samling og ibrugtagning.

Frakobbel altid strømmen efter brug og ved rengøring af løbebåndet.

Inden De starter med at bruge løbebåndet, bør De rådfører dem med deres læge eller lign.

Oplever de ubehag af nogen art under brug af løbebåndet, skal de stoppe omgående og søge læge.

Forlad aldrig løbebåndet med strømmen sat til, tag stikket ud af stikkontakten. Brug aldrig løbebåndet, hvis der er sket skader på strømstik og /eller ledning. En defekt ledning skal udskiftes inden næste ibrugtagning.

Løbebåndet skal altid stilles på et jævnt og sikkert underlag. Må ikke installeres udendørs eller nær vand.

Hold børn og dyr væk fra løbebåndet under brug.

Børn bør kun bruge løbebåndet under voksen tilsyn og ikke til leg.

Tænd ikke for løbebåndet, mens de står på løbefladen, stå på de dertil indrettede sidelister, tænd for løbebåndet og træd ind når det starter.

Inden De slukker for strømmen, skal De sikre dem at stigningen er kørt ned på minimum.

Lav ikke ændringer på strømstik og /eller ledning. Skulle der opstå skader på denne, smid den ud og anskaf en ny tilsvarende.

Dette løbebånd er med jordforbindelse og det er vigtigt ikke at ændre dette af sikkerhedsmæssige årsager. Ændringer kan medføre elektrisk stød.

Start roligt op inden de øger hastigheden eller følg de enkelte programmer. De er bygget op så de passer til den rigtige træning. 5 til 10 minutters opvarmning før hver træning anbefales. 5 – 10 minutters cooldown inden de forlader træningen.

Brug korrekte træningssko, aldrig barfodet eller i strømpefødder.

Brug altid korrekt beklædning, aldrig løstsiddende.

Udvis største omhu og sikkerhed når de flytter løbebåndet.

INTRODUKTION:

Dette løbebånd er designet og konstrueret for at give størst mulig let og behagelig træning. For at forstå konstruktionen og brugen af løbebåndet, anbefales det at gennemlæse denne vejledning grundigt.

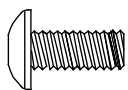
SPECIFIKATIONER:

- **Motor: 1,2 HP**
- **Hastighed: 1,0 – 12 km/t**
- **Løbeflade: 420 x 1200 mm**
- **Plads besparende, let at slå sammen og stille væk.**

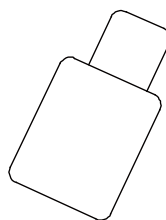


OBS! MAX BRUGERVÆGT 100 KG.

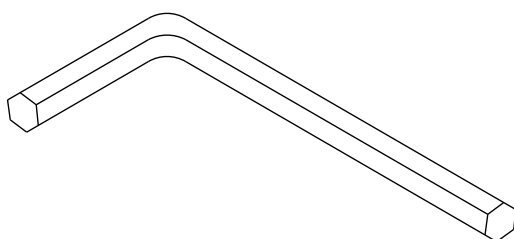
MONTAGE TILBEHØR I KASSEN:



#99 – 2 stk. M5x0,8x12 Bolte

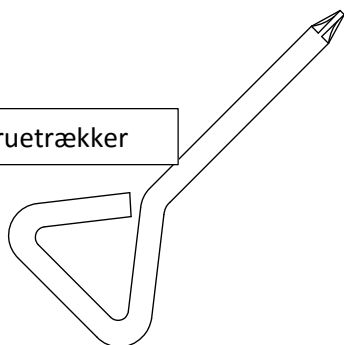


#111 – 1 stk. Silikone smøremiddel



#112 – 1 stk. skruenøgle

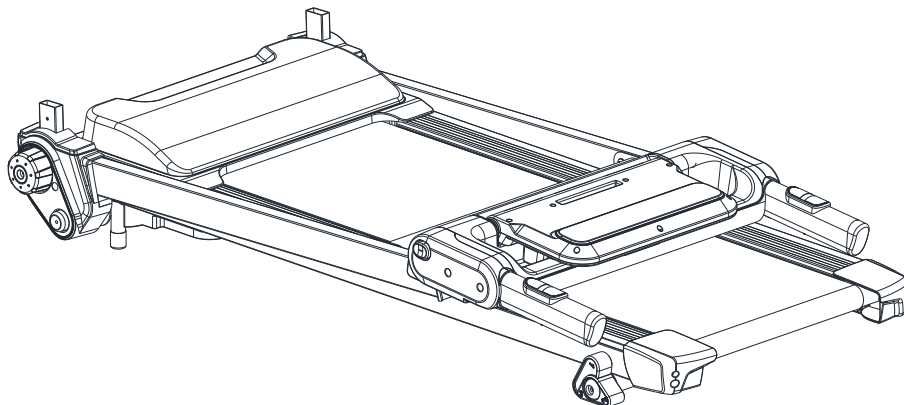
#115 – 1 stk. kort skruetrækker



MONTAGE:

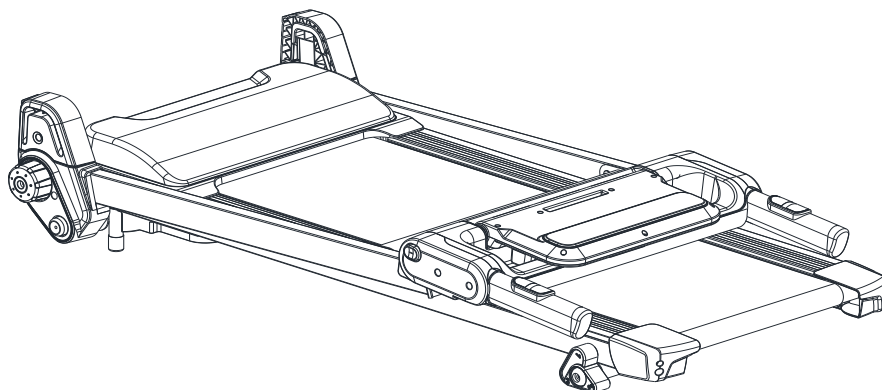
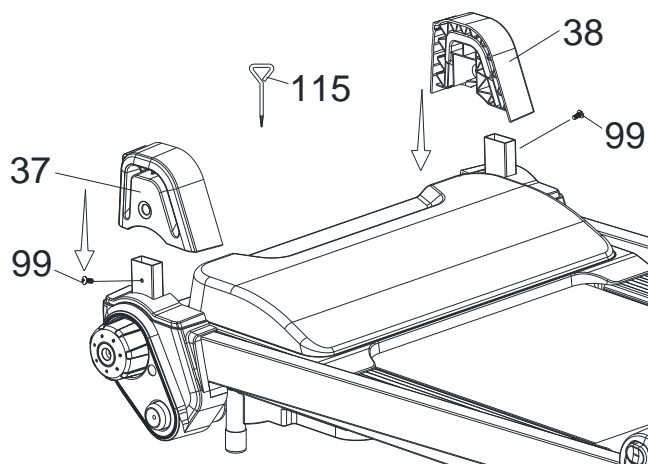
Step 1:

Placer løbebåndet på et jævnt og stabil underlag.



Step 2:

Monter plastskjoldene 37 og 38 med boltene M5x0,8x12 ved brug af den korte skruetrækker.

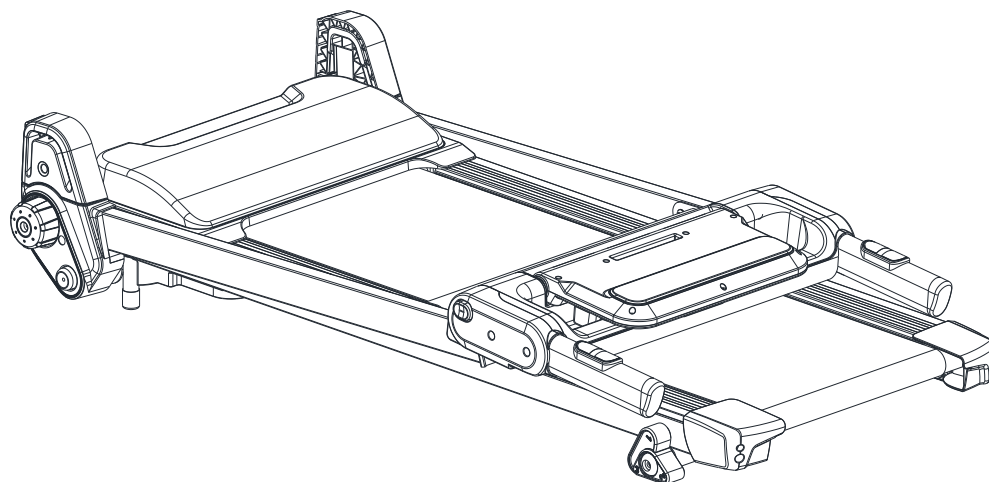


OBS: tjek at alle synlige bolte og skruer er spændt korrekt.

LØBEBÅNDET FOLDES UD:

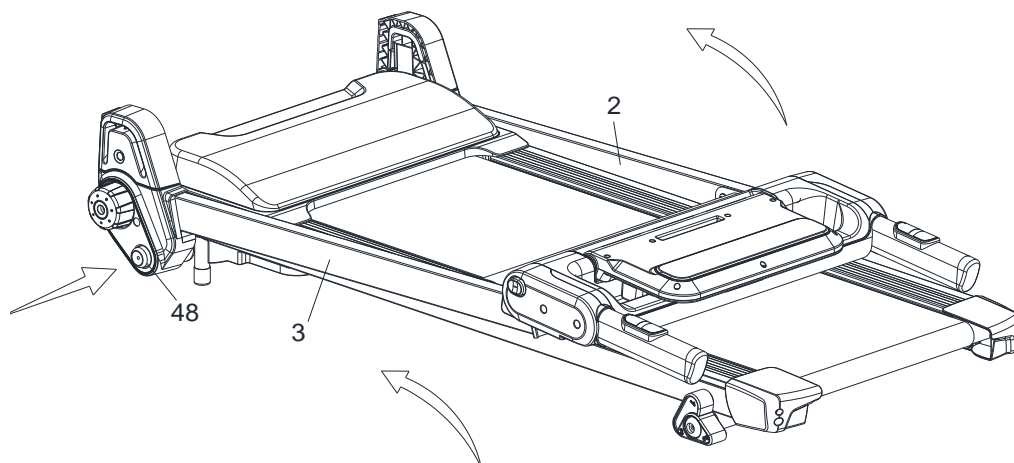
STEP 1:

Placer løbebåndet på et jævnt og stabilt underlag.



STEP 2:

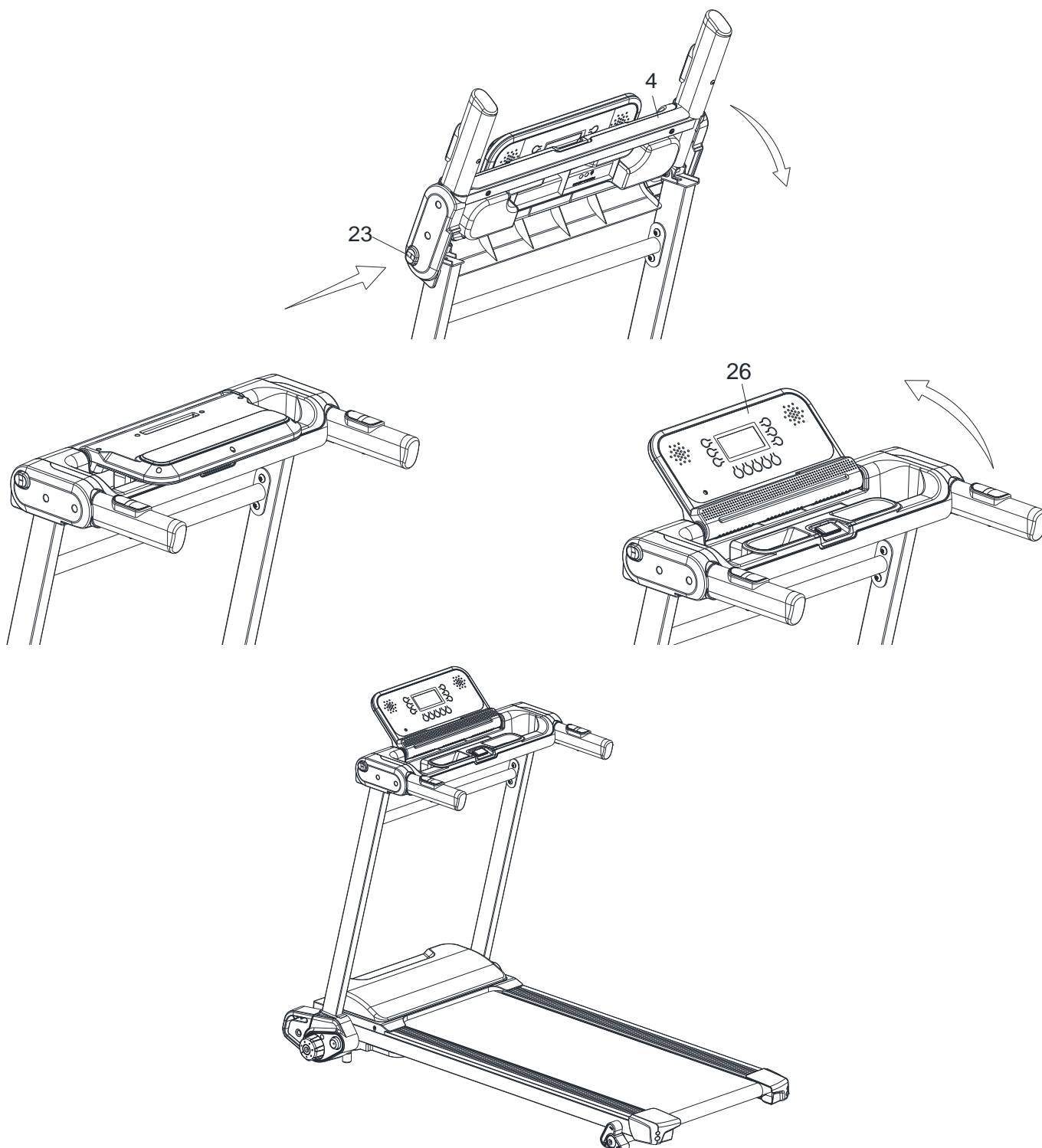
Tryk og hold udløserknappen (48) og træk topdelen (del 2+3+konsol) opad som vist på tegningen.



STEP 3:

Tryk og hold udløserknappen (23) og træk konsolporten (4) ned, som vist på tegningen.

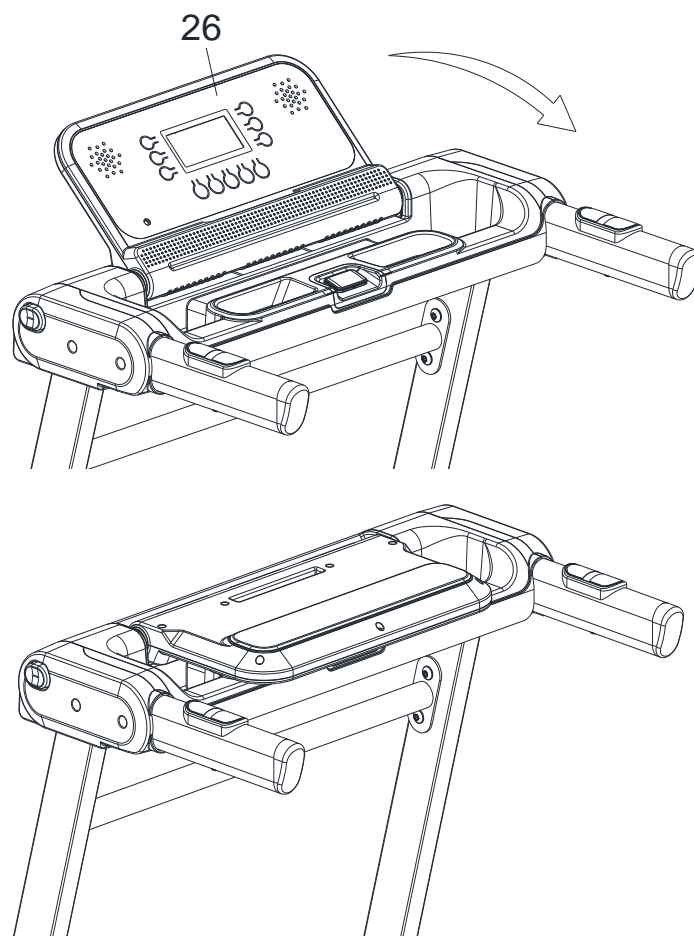
Derefter vippes konsollet (26) op. Kan indstilles i vinkel som ønsket.



LØBEBÅNDET FOLDES SAMMEN:

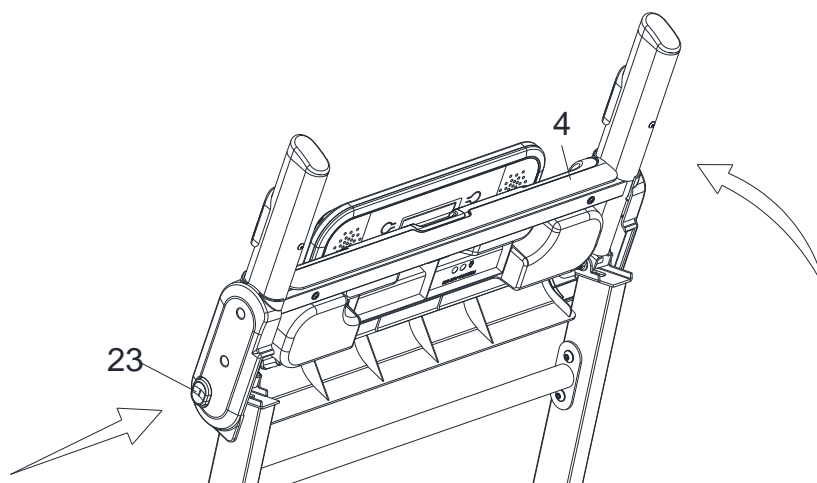
STEP 1:

Læg konsoldelen (26) ned.



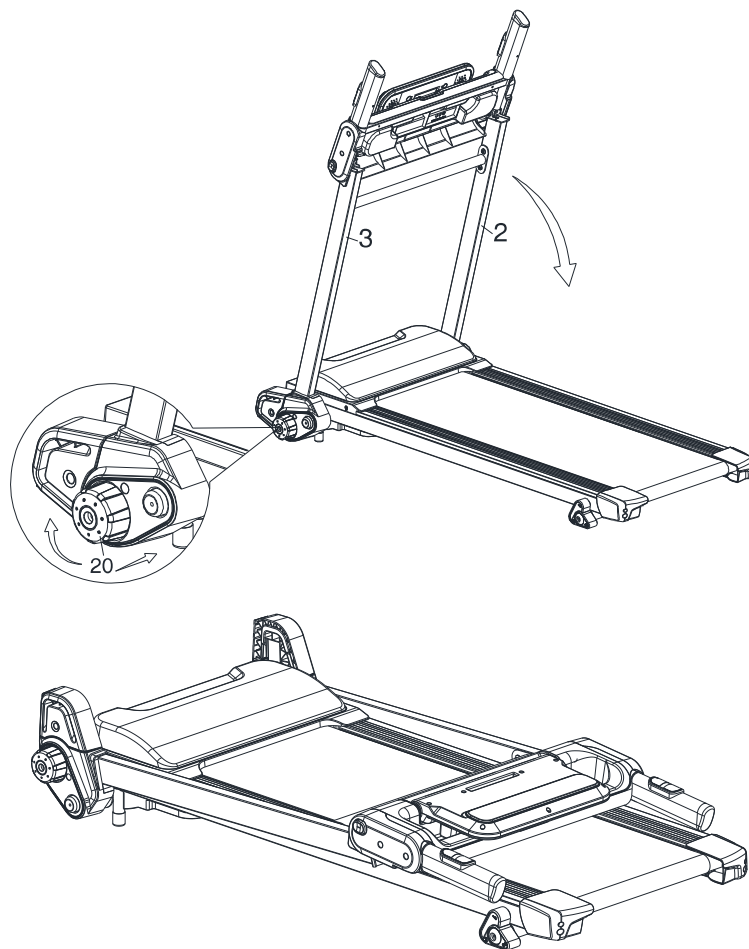
STEP 2:

Tryk og hold udløserknappen (23) og løft konsol-supporten (4) helt op.



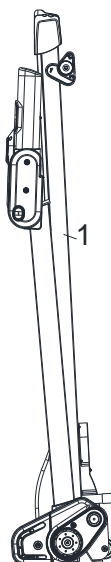
STEP 3:

Tryk og drej regulatorknappen (20) med uret og pres topdelen (2+3+konsolsupport) ned mod løbepfladen, som vist på tegningen.



STEP 4:

Rejs hovedrammen (1) og topdel samlet op i lodret position.



COMPUTER VEJLEDNING



START/STOP Tasten:

Tryk for at starte løbebåndet, starter med 1,0 km/t.

Tryk igen for at stoppe løbebåndet, går langsomt ned i hastighed.

CLEAR/SET Tasten.

Bruges til at 0-stille data på TID, DISTANCE og KALORIER. Står man i MANUEL-Mode, tryk for at indstille værdier i TID, DISTANCE og KALORIER. Selvom der kan indstilles værdier i alle 3 parametre, er det kun den sidst indstillede som vises.

MODE Tasten:

Med MODE-tasten kan man vælge et af de 12 træningsprogrammer.

FAST Tasten:

Tryk FAST for at øge hastigheden til den ønskede træningshastighed. Hold tasten ned i 3 sekunder og hastigheden stiger hurtigere.

Under indstillinger bruges FAST til at øge værdierne til det ønsket.

SLOW Tasten.

Tryk SLOW for at mindske hastigheden til den ønskede træningshastighed. Hold tasten nede i 3 sekunder og hastigheden mindskes hurtigere.

Under indstillinger brug SLOW til at mindske værdierne til den ønskede.

QUICK SPEED Tasten:

Tryk QUICK SPEED tasterne 3 – 6 og 9 (km/t) eller WALK for lav hastighed, JOG for medium hastighed og RUN for høj hastighed.

Før start, tjek at strømmen er korrekt forbundet til løbebåndet. Tænd for strømmen og displayet viser E0 og er klar til brug. Isæt sikkerhedsnøglen i displayet og sæt klipsen i t-shirt eller shorts.

QUICK START:

- 1* Display er i manuel mode, tryk START/STOP tasten og begynd træningen.
- 2* starthastigheden er 1,0 km/t juster hastigheden med FAST – SLOW eller QUICK SPEED tasterne.
- 3* Truk START/STOP eller træk sikkerhedsnøglen ud, hvis der opstår uheld under træningen. Hastigheden går gradvis ned til fuld stop.
- 4* Under manuel mode, tryk CLEAR/SET tasten for at indstille TID – DISTANCE eller KALORIER. Tryk FAST eller SLOW tasterne for at ændre værdierne, tryk START/STOP for at starte træningen. Systemet akceptere kun den sidst indstillede værdi. Når indstillingen når 0 stopper løbebåndet.

HÅNDPULS MÅLING:

Ønsker man pulsmåling under træningen, hold begge hænder på håndpuls målerne og pulsværdien vises i displayet efter nogle sekunder. Hold med et let greb, eller bliver målingen ukorrekt.

KALORIE DISPLAY:

Displayet viser den, under træningen, forbrændte mængde kalorier.

TRÆNINGSPROGRAMMER:

Tryk MODE for at komme ind til et af de 12 træningsprogrammer P1 til P12 og vælg. Hastigheden ændres i henhold til træningsprogrammets profil. Det anbefales ikke begyndere og børn at bruge disse programmer, før man kender løbebåndet godt og har fået opbygget en rimelig kondition.

FEJLKODER (ERROE):

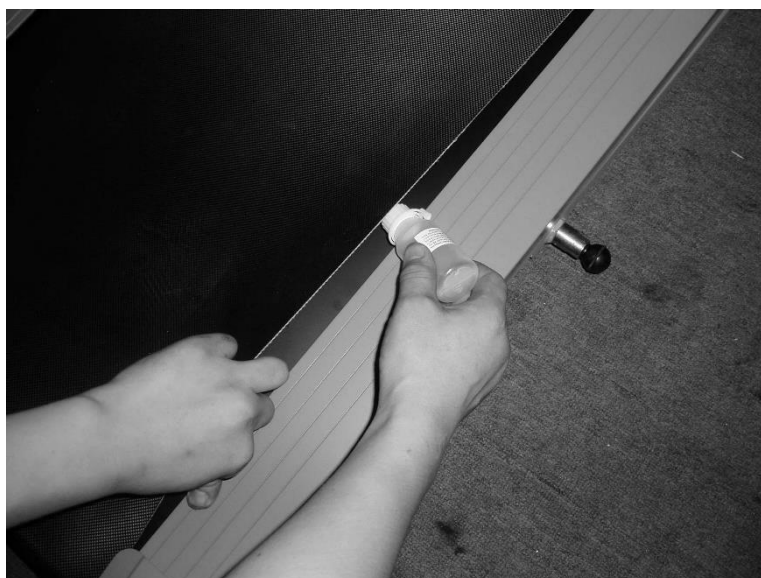
- E0: Sikkerhedsnøglen er ikke isat og løbebåndet er låst. Isæt nøglen for starte.
- E1: Der modtages ingen signal til computeren. Tjek at magneten på frontrullen sidder på plads og Og med en aftand på 3 mm til sensoren.

INDSTILLING AF LØBEBÆLTET.



Med mellemrum anbefales det at kontrollere om båndet ikke trækker til enten højre eller venstre. Kan justeres ind med den medfølgende nøgle (M5). Justeringen foregår kun i den ene side. Lad båndet køre med lav hastighed, juster boltene en ½ omgang og se hvor det påvirker båndets retning, er det ikke nok give boltene ½ omgang mere. Er det for meget juster boltene en smule tilbage. Når retningen er til pas, lad båndet køre et par minutter for at sikre at retningen holder. Det kan tage lidt tid.

SMØRRING AF LØBEBÅNDET

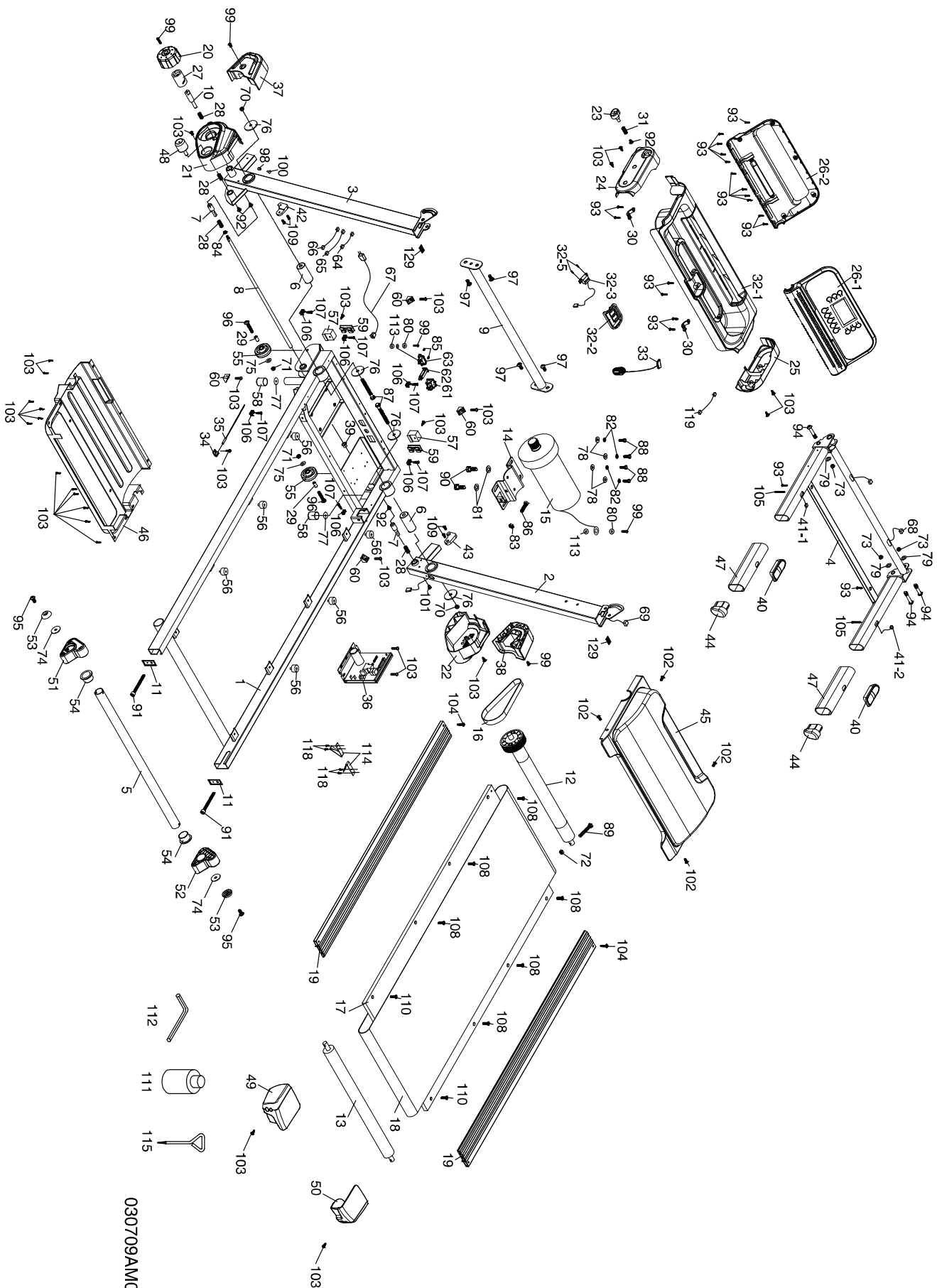


Det anbefales at man med jævne mellemrum smøre den underliggende plade, med den medfølgende silikone. Dette er for at sikre så lav en modstand mellem bånd og plade, at løbebåndet køre mest optimalt. Dette er også med til at der ikke opstår unødigt slid på bånd – plade og motor.

Påsmørring af silikone, løft op i båndet og påfør silikonen på pladen, ind på et felt svarende til trædefeltet. Lad derefter båndet køre nogle minutter for at fordele silikonen.

Dette bør foretages før 1. gangs brug, ca. ½ flaske og derefter for hver 50 timers brug.

Bruges løbebåndet meget anbefales det at tilføje lidt ekstra silikone for hver 30. Time.



030709AM0956

| NO. | DESCRIPTION | Q'TY |
|------------|---------------------------------------|-------------|
| 1 | Main Frame | 1 |
| 2 | Right Upright | 1 |
| 3 | Left Upright | 1 |
| 4 | Console Support | 1 |
| 5 | Inclination Adjustor Bushing Assembly | 1 |
| 6 | Upright Support Axle | 2 |
| 7 | Sprung Latch | 2 |
| 8 | Releasing Bracket Axle | 1 |
| 9 | Handrail Support | 1 |
| 10 | Brake Tension Knob Axle | 1 |
| 11 | Rear Roller Cover | 2 |
| 12 | Front Roller W/Pulley | 1 |
| 13 | Rear Roller | 1 |
| 14 | Motor Bracket | 1 |
| 15 | Motor | 1 |
| 16 | Drive Belt | 1 |
| 17 | Running Deck | 1 |
| 18 | Running Belt | 1 |
| 19 | Foot Rail | 2 |
| 20 | Brake Tension Knob | 1 |
| 21 | Rear Frame Base Cover (L) | 1 |
| 22 | Rear Frame Base Cover (R) | 1 |
| 23 | Release To Push A Button (Top) | 1 |
| 24 | Handgrip Side Cap(L) | 1 |
| 25 | Handgrip Side Cap(R) | 1 |
| 26 | Console Assembly | 1 |
| 26~1 | Console Top Cover | 1 |
| 26~2 | Console Bottom Cover | 1 |
| 27 | Knob Bushing | 1 |
| 28 | Constrict Spring | 4 |
| 29 | Wheel Sleeve | 2 |
| 30 | Beverage Holder Anchor | 2 |
| 31 | Release Spring | 1 |
| 32~1 | Beverage Holder | 1 |
| 32~2 | Safety Key Cover | 1 |
| 32~3 | Safety Switch Module W/ Cable | 1 |
| 32~5 | Ø3 × 10L_Sheet Metal Screw | 2 |
| 33 | Square Safety Key | 1 |
| 34 | Sensor Rack | 1 |
| 35 | 1000m/m_Sensor W/Cable | 1 |
| 36 | Motor Controller | 1 |
| 37 | Front Frame Base Cover (L) | 1 |
| 38 | Front Frame Base Cover (R) | 1 |
| 39 | Bushing | 1 |
| 40 | Handpulse Sensor (w/o wire) | 2 |
| 41~1 | 1000m/m_Handpulse Wire | 1 |
| 41~2 | 700m/m_Handpulse Wire | 1 |
| 41 | 1000m/m_Handpulse Wire | 2 |

| NO. | DESCRIPTION | Q'TY |
|------------|--------------------|-------------|
|------------|--------------------|-------------|

| | | |
|----|--------------------------------------|---|
| 42 | Deck stopper (L) | 1 |
| 43 | Deck stopper (R) | 1 |
| 44 | Handgrip End Cap | 2 |
| 45 | Motor Top Cover | 1 |
| 46 | Frame Cover | 1 |
| 47 | Handgrip Foam | 2 |
| 48 | Release To Push A Button (Bottom) | 1 |
| 49 | Rear Adjustment Base (L) | 1 |
| 50 | Rear Adjustment Base (R) | 1 |
| 51 | Inclination Adjustor (L) | 1 |
| 52 | Inclination Adjustor (R) | 1 |
| 53 | Bolt Cap | 2 |
| 54 | Inclination Adjustor Bushing | 2 |
| 55 | Transportation Wheel | 2 |
| 56 | Rubber Foot | 6 |
| 57 | Foot Pad | 2 |
| 58 | Outer End Cap | 2 |
| 59 | 25 × 50m/m_Square End Cap | 2 |
| 60 | Motor Cover Anchor | 4 |
| 61 | On/Off Switch | 1 |
| 62 | Breaker | 1 |
| 63 | Power Socket | 1 |
| 64 | 100m/m_Connecting Wire (Black) | 1 |
| 65 | 250m/m_Connecting Wire (White) | 1 |
| 66 | 250m/m_Connecting Wire (Black) | 1 |
| 67 | Power Cord | 1 |
| 68 | 600m/m_Computer Cable(Upper) | 1 |
| 69 | 950m/m_Computer Cable(Lower) | 1 |
| 70 | 3/8" × UNC16 × 7.0T_Nyloc Nut | 2 |
| 71 | 5/16" × UNC18 × 7.0T_Nyloc Nut | 2 |
| 72 | M8 × P1.25 × 7.0T_Nyloc Nut | 1 |
| 73 | M10 × P1.5 × 8T_Nyloc Nut | 3 |
| 74 | Ø8 × Ø35 × 1.5T_Flat Washer | 2 |
| 75 | Ø8 × Ø16 × 1.5T_Flat Washer | 2 |
| 76 | Ø10 × Ø35 × 2.0T_Flat Washer | 4 |
| 77 | Ø8.5 × Ø25.4 × 1.5T_Flat Washer | 2 |
| 78 | Ø10 × Ø25 × 2.0T_Flat Washer | 4 |
| 79 | Ø19 × Ø10 × 1.5T_Flat Washer | 3 |
| 80 | Ø5 × 1.5T_Split Washer | 2 |
| 81 | Ø8 × 1.5T_Split Washer | 2 |
| 82 | Ø10 × 2T_Split Washer | 4 |
| 83 | 3/8" × UNC16 × 7T_Nut | 1 |
| 84 | M6 × P1.0 × 5.0T_Nut | 1 |
| 85 | Ø3 × 10L_Sheet Metal Screw | 2 |
| 86 | 3/8" × UNC16 × 1-1/4" _Hex Head Bolt | 1 |
| 87 | 3/8" × UNC16 × 3-1/2" _Hex Head Bolt | 2 |
| 88 | 3/8" × UNC16 × 3/4" _Hex Head Bolt | 4 |
| 89 | M8 × P1.25 × 60L_Hex Head Bolt | 1 |

| NO. | DESCRIPTION | Q'TY |
|------------|---|-------------|
| 90 | M8 × P1.25 × 12L_Hex Head Bolt | 2 |
| 91 | 1/4" × UNC20 × 60L_Socket Head Cap Bolt | 2 |
| 92 | M5 × P0.8 × 10L_Flat Phillips Head Screw | 4 |
| 93 | Ø3.5 × 12L_Sheet Metal Screw | 19 |
| 94 | M10 × P1.5 × 50L_Button Head Socket Bolt | 3 |
| 95 | 5/16" × UNC18 × 1" _Button Head Socket Bolt | 2 |
| 96 | 5/16" × UNC18 × 42L_Button Head Socket Bolt | 2 |
| 97 | 5/16" × UNC18 × 3/4" _Button Head Socket Bolt | 4 |
| 98 | Fastening Bushing | 1 |
| 99 | M5 × P0.8 × 12L_Phillips Head Screw | 5 |
| 100 | M4 × P0.7 × 12L_Phillips Head Screw | 1 |
| 101 | M6 × P1.0 × 15L_Phillips Head Screw | 1 |
| 102 | Ø5 × 16L_Tapping Screw | 4 |
| 103 | Ø5 × 16L_Tapping Screw | 28 |
| 104 | Ø5 × 25L_Tapping Screw | 2 |
| 105 | Ø4 × 56L_Sheet Metal Screw | 2 |
| 106 | Wire Tie Mount | 6 |
| 107 | Ø3.5 × 16L_Tapping Screw | 6 |
| 108 | M6 × P1.0 × 20L_Flat Head Socket Screw | 6 |
| 109 | M5 × P0.8 × 15L_Flat Head Socket Screw | 4 |
| 110 | M6 × P1.0 × 25L_Flat Head Socket Screw | 2 |
| 111 | Lubricant | 1 |
| 112 | L Allen Wrench | 1 |
| 113 | M5_Star Washer | 2 |
| 114 | Belt Guide | 2 |
| 115 | Short Phillips Head Screw Driver | 1 |
| 116 | Ø5 × 19L_Tapping Screw | 1 |
| 118 | Ø4 × 12L_Sheet Metal Screw | 4 |
| 119 | 1200m/m_Safety Switch Wire | 1 |
| 129 | Rubber Pad | 2 |